

Découvrir des héroïnes et des héros

Exercices de français au CM1

Exercices héros et héroïnes CM1 : les mots du héros

Exercice 1 : vrai ou faux ?

Écris V (vrai) ou F (faux), puis corrige les phrases fausses.

1. Le héros est le personnage principal d'un récit.
2. Un héros n'a jamais peur.
3. On trouve des héros seulement dans les contes de fées.
4. Un enfant peut être le héros d'une histoire.
5. Les fragilités d'un héros le rendent plus humain.

Exercice 2 : le, la ou l' ? liaison ou pas ?

Écris le bon article devant chaque mot. Puis indique si l'on fait la liaison dans les groupes 5 à 8.

1. héros
2. héroïne
3. héroïsme
4. hérisson
5. les héros
6. les héroïnes
7. un héros
8. des histoires

Exercice 3 : qualités ou fragilités ?

Classe ces adjectifs dans le tableau.

courageux – peureux – rusé – orgueilleux – généreux – impatient – loyal – maladroit – persévérant – colérique

Qualités	Fragilités
.....	

Exercice 4 : le héros, l'œuvre et le genre

Relie chaque personnage à l'œuvre dans laquelle il apparaît, puis au genre de cette œuvre (épopée, conte ou roman).

Personnage	Œuvre
1. Ulysse	a. <i>Le Tour du monde en quatre-vingts jours</i>
2. Gerda	b. <i>Le Petit Poucet</i>
3. Phileas Fogg	c. <i>l'Odyssée</i>
4. Le plus jeune des sept frères	d. <i>La Reine des neiges</i>

Exercice 5 : la famille du mot héros

Complète chaque phrase avec un mot de la famille de **héros** : héros, héroïne, héroïque, héroïquement, héroïsme.

1. Gerda est l'..... du conte d'Andersen.
2. Les sauveteurs ont fait preuve d'un grand
3. Ce sauvetage a fait la une du journal.
4. Le chevalier défendit le pont.
5. Phileas Fogg est le du roman de Jules Verne.

Exercices sur une héroïne d'aujourd'hui

Les exercices 6 et 7 portent sur ce récit.

Cette nuit-là, la tempête secouait le petit port de Kerlan. Nour, onze ans, ne dormait pas : depuis toujours, le hurlement du vent lui faisait peur. Soudain, un craquement sinistre monta de la digue. Par la fenêtre, elle vit l'eau s'infiltrer entre les pierres.

Son père était en mer et sa mère dormait profondément après une longue journée de travail. Nour pensa d'abord à se cacher sous sa couverture. Puis elle songea aux maisons basses du quai, où vivaient la vieille Maïwenn et les jumeaux Le Goff. Elle enfila son ciré, saisit la lampe de poche et courut dans la rue en frappant à chaque porte.

Au matin, la digue avait cédé, mais tous les habitants du quai étaient à l'abri chez le boulanger, en haut de la colline. Le maire voulut remercier Nour devant tout le village. Elle rougit et murmura : « J'avais très peur, vous savez. »

Texte écrit pour Français PDF, La Nuit de la digue, 2026

Exercice 6 : les qualités de Nour

Trouve trois qualités de Nour. Pour chacune, recopie les mots du texte qui la

prouvent.

Exercice 7 : la fragilité de Nour

Réponds par des phrases complètes.

1. Quelle est la fragilité de Nour ? Recopie deux passages qui le montrent.
2. Qu'est-ce qui l'aide à dépasser cette fragilité ?
3. Pourquoi peut-on dire que Nour est une héroïne, même si elle a eu peur ?

Exercices sur un héros d'épopée

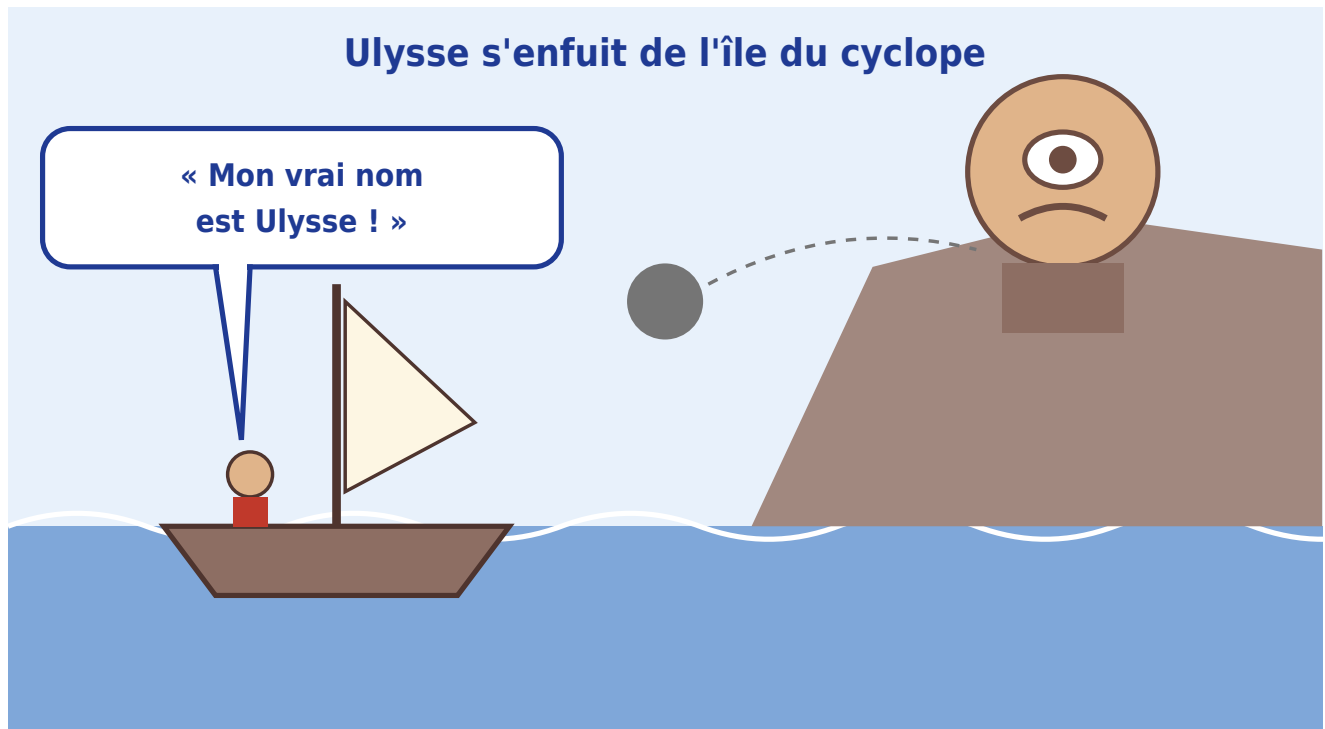
Les exercices 8 et 9 portent sur ce passage de l'*Odyssée*, raconté avec des mots d'aujourd'hui.

Ulysse et ses compagnons sont prisonniers dans la caverne du cyclope Polyphème, un géant qui n'a qu'un œil au milieu du front. Ulysse lui fait boire du vin et lui dit qu'il s'appelle « Personne ». Quand le géant s'endort, les Grecs lui crèvent l'œil avec un pieu taillé en pointe. Polyphème hurle : « Personne me tue ! » Les autres cyclopes croient qu'il n'y a aucun danger et ne viennent pas l'aider. Le lendemain, les Grecs s'échappent, cachés sous le ventre des moutons. Mais, une fois sur son bateau, Ulysse ne peut s'empêcher de crier son vrai nom. Furieux, Polyphème demande à son père, le dieu Poséidon, de le punir : le retour d'Ulysse vers son île durera de longues années.

D'après Homère, Odyssée, chant IX, récit adapté pour Français PDF

Exercice 8 : la ruse d'Ulysse

Réponds aux questions par des phrases complètes.



1. Quel faux nom Ulysse donne-t-il au cyclope ?
2. Pourquoi les autres cyclopes ne viennent-ils pas aider Polyphème ?
3. Comment les Grecs sortent-ils de la caverne ?
4. Quelle qualité d'Ulysse ce passage montre-t-il ?

Exercice 9 : l'erreur du héros

Observe l'image et relis la fin du passage.

1. Quelle erreur Ulysse commet-il une fois en mer ?
2. Quel défaut cette erreur révèle-t-elle ?
3. Quelle en est la conséquence ?
4. À quel genre appartient l'*Odyssée* ? Justifie avec un indice du texte.

Exercices pour réfléchir et écrire

Exercice 10 : une action, une valeur

Associe chaque action à la valeur qu'elle montre : courage, générosité, loyauté, persévérance, justice, solidarité.

1. Partager son goûter avec un camarade qui a oublié le sien.
2. Tenir la promesse faite à un ami, même quand c'est difficile.
3. Recommencer un exercice jusqu'à le réussir.
4. Défendre un élève accusé à tort.

5. Parler devant toute l'école alors qu'on tremble de peur.
6. Aider toute son équipe à ranger le matériel.

Exercice 11 : héroïque ou pas ?

Pour chaque situation, dis si le personnage agit de façon héroïque. Justifie ta réponse en une phrase.

1. Léon fait semblant de ne pas voir un camarade tombé dans la cour pour ne pas rater le début du match.
2. Lisa avoue qu'elle a cassé le vase, alors que son petit frère allait être puni à sa place.
3. Théo se vante d'avoir gagné une course alors qu'il a triché.
4. Awa, très timide, prend la parole pour défendre une nouvelle élève dont on se moque.

Exercice 12 : invente ton héros

Invente une héroïne ou un héros d'aujourd'hui (un enfant, un voisin, un animal...). Écris un court récit de huit à dix lignes dans lequel on découvre une de ses qualités, une de ses fragilités et l'action qui fait de lui un héros.

.....